

SAMSUNG AMERICA

Made in Taiwan

105 Challenger Road, 6th Floor
Ridgefield Park, NJ 07660

www. SAMSUNGHealthyLiving.com



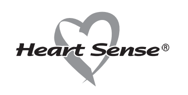
Owner's Manual
for model: **BD-3000S**

DELUXE

Deluxe Inflate Blood Pressure Monitor with Heart Sense®



- Large Three Row Digital Display
- 3 Zones of 30 Memory - 90 Memory Total
- Automatic Power Off
- Time and Date Indications
- Pulse Display
- AC Capability and Adapter





Important Warnings/Medical Disclaimer

Before using your blood pressure monitor, you should read and understand all instructions and follow all warnings.

Information in this manual is provided for informational purposes only. This manual and product are not meant to be a substitute for the advice provided by your own physician or other medical professional. You should not use the information contained herein or this product for diagnosing or treating a health problem, disease, or prescribing any medication. If you have or suspect that you have a medical problem, promptly contact your healthcare provider.



In This Manual

Healthy Living®

This blood pressure monitor is the first step to living a healthier life. But monitoring your blood pressure at home is just the beginning, it's also important to:

EXERCISE REGULARLY - Start out by taking a quick walk each day. Before you know it, you'll feel energized. That's because along with being an easy way to shed a few pounds, walking also helps bones and heart to become stronger.

EAT RIGHT - Remember, you are what you eat! So when you reach for a snack, try grabbing a piece of fruit or a vegetable. When cooking meals at home try to use fats and oils sparingly. Sometimes a healthy diet is the best medicine of all! It's also a good idea to monitor your sodium intake since about one-third of individuals who have high blood pressure are also sodium sensitive. Consult your doctor regarding over-the-counter supplements and herbs such as onion and garlic. Both of these plants have been historically linked to producing mild anti-hypertension effects.



Healthy Living®

BE HAPPY! - A positive attitude is a big part of a healthy body. Try not to get too stressed out over things. Daily relaxation techniques such as gentle yoga or even quiet time by yourself can do a lot of good for the mind and body. Stay focused on the good things in life. Begin by congratulating yourself for that short walk you just took or the smart food choice you made. It's your first step to a healthier life!

KEEP AN EYE ON YOUR WEIGHT! - Surprisingly, losing even a small amount of weight can often times help control high blood pressure. Talk with your doctor to find a "healthy" weight for you and strive to come within a range of it.

Remember to consult your physician prior to beginning exercise, vitamin/mineral, dietary changes or programs and blood pressure monitoring.

Commonly Asked Questions About Blood Pressure

Why Should I Monitor My Blood Pressure At Home?

By monitoring at home, you can manage your health between doctor visits. Home monitoring also provides you with a record of blood pressure measurements over time to give to your doctor - a valuable tool in monitoring hypertension.

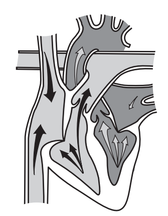
Home monitoring may also help alleviate *White Coat Hypertension*. This term refers to the medical phenomena which causes many individuals' blood pressure to be higher when taken in a medical office setting. That's because many times the stress of being in the doctor's office may cause blood pressure to rise as much as 20-50 points higher than normal. When monitoring at home, you may get a truer indication of your blood pressure in a normal, relaxed state.

What Is Blood Pressure?

The commonly used term "blood pressure" refers to the force or *pressure* that is exerted on the body's arteries as blood flows through them. Each time the heart beats or *contracts,* it produces pressure in the arteries. This blood pressure is what moves blood through the body, supplying oxygen and nutrients to every organ.

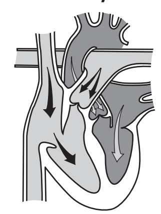


Commonly Asked Questions About Blood Pressure



When the heart contracts it sends blood out into the body. This pressure is referred to as **systolic**.

The pressure that is created as the heart pulls blood back through is called **diastolic**.

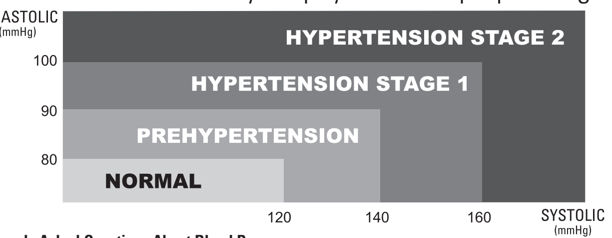


Blood pressure is recorded as systolic over diastolic, as shown here.



What Is Considered Normal Blood Pressure?

The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure from the National Heart, Lung, and Blood Institute has set forth the following guidelines regarding high blood pressure. Guidelines provided are for information purposes only. Please consult with your physician for proper diagnosis.



Commonly Asked Questions About Blood Pressure

Why Does My Blood Pressure Fluctuate?

Because blood pressure changes with every beat of the heart it is in constant fluctuation throughout any given day. In addition to these natural changes there are other factors that may affect blood pressure such as:

- Temperature (too hot or cold)
- Humidity
- Restlessness
- Lack of sleep
- Physical exercise
- Constipation
- Stress
- Fear
- Anger
- Anxiety
- Food and beverage consumption
- Individual physical conditions

In addition to these factors you should talk with your physician to see what may be affecting you.

How Do I Know I Have High Blood Pressure?

It's nearly impossible to know if your blood pressure is elevated without having it checked. People have the common misconception that one can "feel" their blood pressure rise. It is because of



Commonly Asked Questions About Blood Pressure

this mystery that hypertension has been named "the silent killer." Don't let it sneak up on you! Start monitoring your blood pressure every day with your new Healthy Living® monitor.

Why Is It Important To Control My Blood Pressure?

Left uncontrolled, hypertension can place an incredible amount of stress on your heart and arteries, both of which become forced to work harder to keep blood flowing in a healthy manner throughout the body. Over time, this stress may result in health problems including over-enlargement of the heart, loss of elasticity of the arteries, heart disease, stroke and even death. Making some simple lifestyle changes now may help you to stay healthy in the future.

Intended Use

Healthy Living® blood pressure monitors are convenient for home use. They are noninvasive, meaning no part of the monitor enters your body, and provide systolic, diastolic and pulse measurements. Healthy Living® monitors are recommended for use by people over the age of 18 and are not suitable for clinical use.

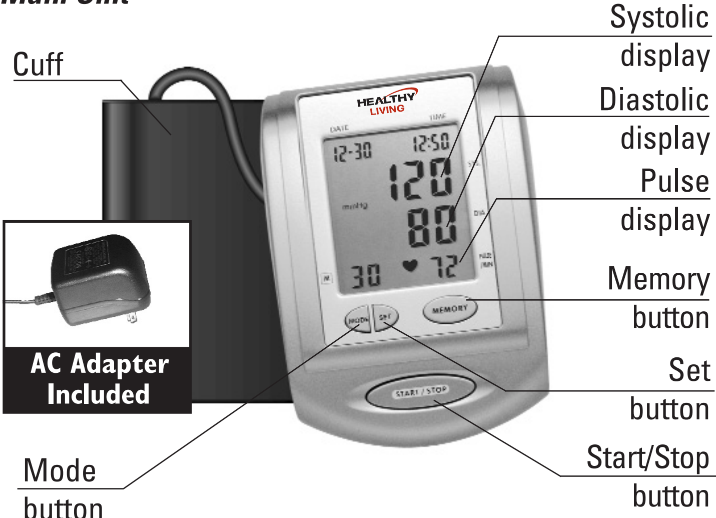
Measurement Method

Healthy Living® monitors measure blood pressure and pulse by using what's called an *oscillometric* method, meaning they measure the fluctuations in pressure. This is done by first wrapping a fitted cuff around the upper arm. The monitor then automatically fills the cuff with air creating pressure around the arteries inside of the arm. Mounted inside of the cuff is a special gauge that is capable of sensing the small *oscillations* (fluctuations) in pressure. These fluctuations are produced as a result of the pressure the cuff has placed around the arm and are, in a basic sense, the arteries contracting (getting larger and smaller) with each heart beat. The monitor then measures how high and how quickly these contractions occur and converts that information into a digital value. A special valve, called an *electrode*, deflates the monitor automatically when the measurement is complete.

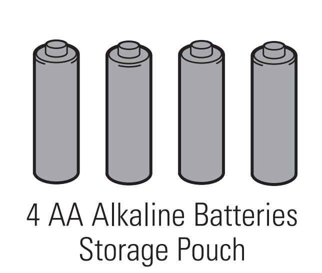


Main Unit and Accessories

Main Unit



Accessories



4 AA Alkaline Batteries
Storage Pouch

Special Features

Heart Sense®

The Heart Sense® Inflation System senses your blood pressure before the measurement is complete - the monitor then adjusts the air pressure amount according to your individual level. The results are quick, comfortable measurements each time you check your blood pressure.

Noise Control System

A unique low-noise, rolling motor pump allows our monitors to offer quiet inflation.

Large Three Row Display

A large LCD with three rows displaying time, date, and your blood pressure - systolic over diastolic - makes measuring your blood pressure easy to read.

Memory Feature

Your Healthy Living® Deluxe Inflate monitor features a 3 party memory capability or 3 "zones" - each zone stores 30 measurements each for a total capacity of 90 measurements. This unique feature allows 3 users to use and store their blood pressure measurements separately all on one monitor! This capability is also useful for one individual to track their blood pressure throughout the day - morning, afternoon, and night - for quick and easy comparisons.

Time and Date Indications

This monitor automatically keeps track of the time, month and day.



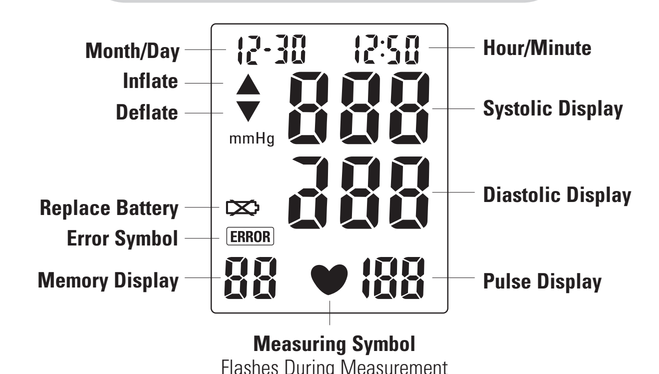
Accuracy

Healthy Living ® monitors have been clinically tested against a scientific device called a *sphygmomanometer*, considered the gold standard in blood pressure measurement. All Healthy Living® monitors have performed equivalent to measurements taken with this scientific device and are within the accuracy limits prescribed by the American National Standard for Electronic or Automated Sphygmomanometers.

Special Conditions

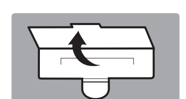
All Healthy Living® blood pressure monitors are safe and accurate to use with arrhythmias such as atrial or ventricular premature beats and atrial fibrillation.

Digital Display Symbols

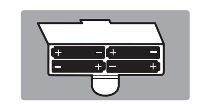


Battery Installation

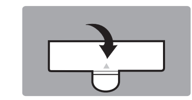
When the display shows [battery symbol], it's time to replace the batteries. This monitor uses 4 AA batteries.



Insert the batteries into the monitor making certain to align the polarities correctly.



Close the battery cover securely. It will snap into place when it is fully closed.



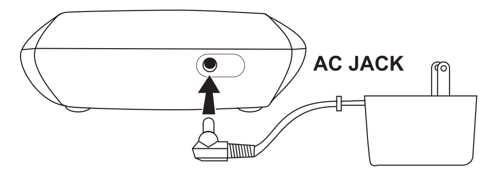
* It's a good idea to remove the batteries if you know you will not be using your monitor for an extended amount of time.



AC Capability and Adapter

This Healthy Living® blood pressure monitor is equipped with AC capability and AC adapter should you choose to use electric power to operate your unit instead of batteries.

AC Adapter Output: 6V DC 1A



*It is suggested that you remove the batteries from the compartment if you are going to use AC adapter for an extended amount of time.

Selecting Time and Date

Your Healthy Living® monitor will keep track of the time, month, and day unless the batteries have run down or are removed from the monitor.

To set the month simply press the "MODE" button. The month will begin to flash. Press the "SET" button until the correct month appears on the display, then press the "MODE" button to store, follow this same process to set the day and time.

Important Reminders

Follow your doctor's advice on how and when to take your blood pressure. Otherwise, here are some important hints:

Before Taking a Measurement

✓ Sit quietly for about 10 minutes. This will allow your body to return to its normal, resting state.

✓ Take your blood pressure in a comfortable environment - not too cold, not too hot-as temperature may affect your measurement.

✓ If you've just consumed beverages containing caffeine such as coffee, non-herbal tea, or cola wait about 30-45 minutes. Also, don't smoke just before taking a measurement.

Cuff Plug

✓ Plug the cuff tube into the monitor before taking a measurement.

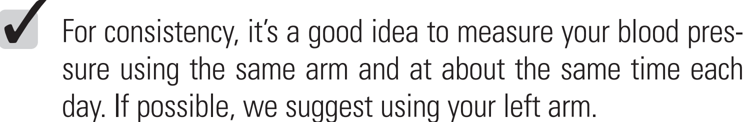


Important Reminders

While Taking a Measurement



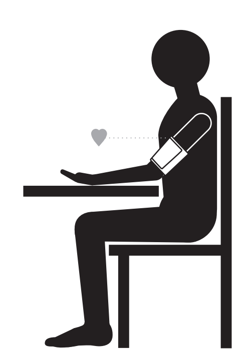
✔ Sit still and quietly while measuring. Talking or moving may elevate measurements.

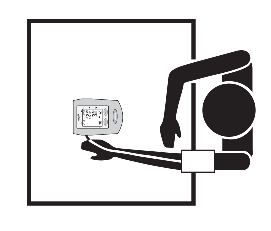


✔ For consistency, it's a good idea to measure your blood pressure using the same arm and at about the same time each day. If possible, we suggest using your left arm.

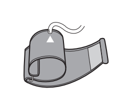
✔ When taking multiple measurements right after each other, make sure you wait at least 10 minutes in between. Waiting allows your blood vessels to return to their normal state.

✔ Sit with your legs uncrossed and your feet flat on the floor. Do not touch the cuff or monitor at any time during the measurement. Relax.

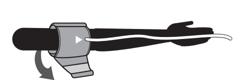




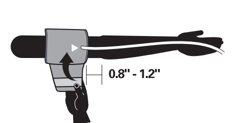
Applying the Cuff



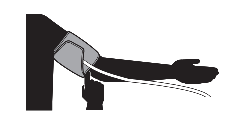
- Before you put the cuff on your arm make certain that you are not wearing a thick coat or sweater.



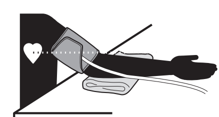
- If you are wearing a long sleeved shirt, roll up the sleeve, but make sure that it is not constricting circulation to your arm.



- The cuff should be positioned on your bicep and the red arterial marker should be in the center just above your elbow. Instructions are also printed directly on the cuff for reference.



- Wrap the cuff around your upper arm (usually the left) so it fits securely but is not too tight. You should be able to place 2 fingers in between the cuff and your arm. The velcro tab should fall within the "OK" range printed on the cuff for proper use.



- Place your arm on a table with your palm facing upwards. The inflation tube should line up with your arm. Do not allow the tube to kink or wrap around anything; it should fall down the center of your arm.



Taking a Blood Pressure Measurement

- Once the cuff is properly applied and you are seated with your feet flat on the floor you are ready to take a measurement.
- Press the "SET" button and you will see a number appear: 1, 2, or 3. These are each of the 3 memory zones/users explained on page 11. From here on, the 3 party memory capability will be referred to as "memory zones" or "zones". Press the "SET" button to toggle between each of three memory zones and to select the zone in which you would like to store your measurement. Then press the "START/STOP" button to begin the measurement process. The monitor will automatically inflate to the level that is right for you.

  *If you select zone No. 1, your blood pressure will be recorded as one of the 30 readings available for that zone. The same is true for zones 2 and 3. When taking measurements, be sure and select the correct zone number so that the measurement is registered to the appropriate zone.
- You will feel the cuff get tighter around your arm - this is normal. It should not inflate to the point of discomfort. If this occurs, the cuff is secured too tightly. Press "START/STOP" and rewrap the cuff leaving more room between your arm and the cuff.

Taking a Blood Pressure Measurement

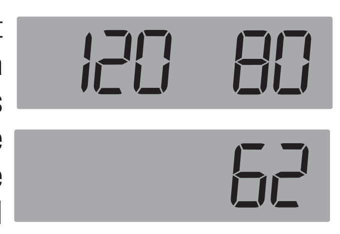
- Numbers will appear on the digital display. This is the normal process the monitor goes through to determine your blood pressure. Don't be alarmed if you notice the numbers quickly change, or go higher than you believe your blood pressure to be.



- When your measurement is complete the monitor will deflate automatically, releasing the air pressure in the cuff.



- The entire measurement process should take less than a minute. Once measurement is complete, your blood pressure and pulse measurements will be displayed. The monitor will automatically turn off after approximately one minute.



NOTE: Blood pressure constantly changes during the course of a day. Occasionally high or low readings do not necessarily mean your monitor is malfunctioning or that you are ill. It is important to speak with your doctor to learn what your normal blood pressure is and if you experience related abnormal measurements.



3 Zones of 30 Memory

When you take a measurement, the monitor automatically stores it in memory space number one. As you continue to take measurements, the monitor will push the previous measurement back one space. In other words, the value in space one will always be the most recent blood pressure measurement taken.

Your monitor features a 3 party memory capability or 3 "zones" - each zone stores 30 measurements each for a total capacity of 90 measurements. This unique feature allows 3 users to use and store their blood pressure measurements separately all on one monitor. This feature is also useful for one user to track their blood pressure throughout the various periods of the day: morning, afternoon, and night.

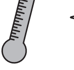
Press the "SET" button to toggle between memory zone No.1, 2, and 3. Once you select a zone that you want to view the measurements in, press the "MEMORY" button once to view the most recent measurement along with the time and date that it was taken. Press the "MEMORY" button again in succession and you will see all of the measurements registered to that zone. You can then press the "SET" button to switch to the next zone to view measurements. The monitor will automatically power off after about one minute of inactivity.

***When taking measurements, be sure and select the correct zone number using the SET button so that the measurement is registered to the appropriate zone.**

Taking Care of Your Blood Pressure Monitor

It's important to treat your monitor with care. Here are some basic tips:

 Keep the monitor out of direct sunlight, high humidity, and extreme temperature changes.

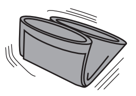



 Try not to drop it on the floor.

 Do not take the monitor or the cuff apart. None of the monitor's parts are fixable at home. If your monitor needs repairs see details in warranty section.

 Keep the monitor free of dust and other materials. Avoid getting any part of the monitor or cuff extremely wet. If the monitor needs cleaning it's best to wipe it with a cloth slightly dampened with water. Healthy Living® recommends cleaning your monitor about once a month.

 Do not harshly fold or bend the cuff as this may damage it on the inside.



 Do not inflate the monitor's cuff if it is not wrapped around your arm.

 Always remove the cuff tube from the monitor with care.

 For your safety, do not wrap the cuff around any other body part other than your arm.



Troubleshooting

Error/Symbol	What Does It Mean?	How To Fix It
ERROR	Monitor may have been inflated without the cuff around the arm *OR* Cuff may not be positioned correctly on the arm.	Read page 17 (Applying the Cuff).
	The cuff tube may be folded *OR* You may have moved while the cuff was inflating.	Read pages 15 & 16 (Important Reminders).
	You may have moved or spoken during the measurement process.	Remember that it is important not to move and speak as it may elevate measurements.
	You may have been startled by a noise or vibration while measuring.	Make sure you are in a quiet and comfortable place when taking a measurement.

Troubleshooting

Error/Symbol	What Does It Mean?	How To Fix It
ERROR	You have been ignoring the flashing replace battery symbol ( ).	Replace with four new "AA" batteries. Make sure the polarities are positioned correctly in the battery compartment before continuing to measure your blood pressure.
	The batteries have run down.	Replace with 4 AA batteries quickly so you may continue to measure your blood pressure without any interruptions.
Blood pressure value seems too high or too low	Cuff may not be aligned correctly	Read page 17 (Applying the Cuff).
Blood pressure value seems too high or too low	Circuitry locked.	Remove then reinsert the batteries and then proceed to take measurement again.
Unable to take a measurement after receiving an error symbol.	The cuff may not be positioned correctly.	Read page 17 (Applying the Cuff).



Five Year Limited Warranty

Samsung America, Inc. will, at its option, repair or replace your monitor, including the cuff, with the same or comparable model free of charge (except you must pay for shipping charges set forth below) for a period of (5) five years from the date of original purchase in the event of a defect in materials or workmanship occurring during normal use. This product is for home use only and is not intended for commercial or clinical use. This warranty only extends to the original retail purchaser. Purchase receipt or other proof of date of original purchase is required before warranty performance. The warranty on any replacement product provided under this warranty shall be for the unexpired portion of the warranty period applicable to the original product.

This warranty extends solely to failures due to defects in materials or workmanship occurring during normal use. It does not cover normal wear of the product. This warranty is void if: the product housing has been removed, if the product's label, logo or serial number have been removed or if the product fails to function properly as a result of accident, misuse, abuse, neglect, mishandling, misapplication, defective batteries, faulty installation, setup, adjustments, improper maintenance, alteration, maladjustment of controls, modification, power surges, commercial or clinical use of the product, service by anyone other than an authorized service center or acts beyond the manufacturer's or distributor's control.

The warranty and remedy provided herein are exclusive and in lieu of all other express and implied warranties and unless stated herein, any statements or representations made by any other person or entity are void. NEITHER THE MANUFACTURER, DISTRIBUTOR NOR THEIR AFFILIATES SHALL BE LIABLE FOR ANY LOSS, INCONVENIENCE, INJURY, OR DAMAGE INCLUDING DIRECT, SPECIAL, INCIDENTAL, OR CONSEQUENTIAL DAMAGES RESULTING FROM THE USE, IMPROPER USE, FAILURE TO HEED ANY WARNING, DISCLAIMER

OR INSTRUCTION OR INABILITY TO USE THIS PRODUCT, WHETHER ARISING OUT OF ANY BREACH OF THIS WARRANTY OR ANY OTHER LEGAL THEORY. ALL EXPRESS AND IMPLIED WARRANTIES, INCLUDING THE WARRANTIES OF MERCHANTABILITY, ARE LIMITED TO THE APPLICABLE WARRANTY PERIOD SET FORTH ABOVE. Manufacturer and Distributor assume no responsibility for injuries, damages or penalties incurred or suffered resulting from the use of this product in an improper manner or manner or location other than for that for which it is intended or from failure to heed any warning, disclaimer or instruction.

Some states do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, or limitations on how long an implied warranty lasts, so the above exclusions or limitations may not apply to you. This warranty gives your specific legal rights and you may also have other rights which vary from state to state.

Should your product prove defective during this warranty period, please return the product in the original carton prepaid to:

SAMSUNG AMERICA, INC.
c/o Healthy Living Division
105 Challenger Road, 6th Floor
Ridgefield Park, NJ 07660
Attn: Customer Service

Include $11.95 for return shipping & insurance. (CHECK OR MONEY ORDER ONLY PLEASE, NON-REFUNDABLE). Sorry, we cannot deliver to P.O. Boxes. Please allow 6-8 weeks for delivery.

Include with your monitor a letter stating: your name, street address, daytime phone number, detailed description of the problem, a copy of your dated cash register receipt or other proof of purchase.



Specifications

Model	BD-3000S
Monitor	Deluxe inflate
Measurement Method	Oscillometric
Display	Liquid crystal digital display
Measurement Range	Pressure: 0-260 mm Hg Pulse: 40-199 beats/Minute
Accuracy	Pressure: within ± 3mm Hg Pulse: within ± 5%
Memory	Stores up to 30 measurements for each zone
Automatic Power Off	About 1 minute after measurement is complete
Battery Type	4 AA batteries (Alkaline)
Battery Life	About 6 months when used once a day, less when using a large cuff
Storage Temperature	Temperature: -4ºF to 140ºF Relative Humidity: less than 95%
Operating Temperature	Temperature: 50ºF to 104ºF Relative Humidity: less than 95%
Dimensions (approx.)	Monitor: 4 ¼" (l) x 2 ½" (w) x 5 ¾" (h) Cuff: fits arms 9"-13" around
Weight (approx.)	14 oz (including batteries)

For purposes of improvement, specifications are subject to change without notice.

Blood Pressure Diary

Date	Time	Systolic/Diastolic	Pulse
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	



Blood Pressure Diary

Date	Time	Systolic/Diastolic	Pulse
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	

Blood Pressure Diary

Date	Time	Systolic/Diastolic	Pulse
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	



Blood Pressure Diary

Date	Time	Systolic/Diastolic	Pulse
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	

Aviso Medico Importante

Antes de ultilizar su medidor de presión arterial, debe leer y comprender todas las instrucciones y atender a todos los avisos.

La informacion contenida en este manual y producto no sirve como sustituto a los consejos ofrecidos por su medico de cabecera o por otros profesionales medicos. No debe utilizar esta informacion o este producto como medio de diagnostico, para tratar un problema de salud o enfermedad o para prescribir medicación alguna. Si tiene, o sospecha que tiene un problema médico, consulte cuanto antes a su médico.



En este Manual

Healthy Living®

Este medidor de presión arterial es el primer paso a una vida Sana. Sin embargo, el control de su presión arterial en casa es sólo el primer paso para una vida sana.
Tambíen es importante:

PERMANECER ACTIVO: Comience con un corto paseo diario. Con el tiempo comenzará a sentirse con más energía. ¡El andar no sólo le ayuda a perder peso, sino también a cimentar unos huesos más fuertes y un corazón más sano!

COMA SANO: Un buen comienzo sería agregar más frutas y verdures a su dieta. Los estudios han demostrado que la mejor medicación es atenerse a una dieta alta en estos alimentos, además de cereales integrals, pescado y productos bajos en grasa. Tambíen es importante controlar el consumo de sodio, pues un tercio de la gente con la tensíon alta es sensible a este mineral. Puede que desee comprobar los beneficios que conlleva incorporar ciertos productos herbales en su dieta como la cebolla o el ajo, los cuales han estado siempre considerados como benignos para los efectos de hipertención. Consulte siempre con su médico antes de realizar cambios en su dieta. Recuerde que, como siempre se ha dicho, ¡Uno es lo que come!



Healthy Living®

SEA POSITIVO. Una mente sana está íntimamente ligada a un cuerpo sano. Las técnicas de relajación diaria como la meditación y el yoga pueden ser lo que necesite para aliviar el estrés diario. Centre su mente hacia las cosas positivas de la vida y antes dé que se de cuenta de los aspectos negativos no parecerán tan malos. Comience con esos paseos cortos o con esa buena alimentación que acaba de elegir para una mejor salud.

¡VIGILE EL PESO! Sorpresivamente si pierde un poco de peso, puede ayudarle a controlar la presión arterial. ¡Si ya ha comenzado a comer sano y a permanecer activo, ya puede despedirse de su peso!

RECUERDE: Consultar a su médico antes de comenzar con el ejercicio, tomar vitaminas/minerals, realizar cambios de dieta o programas de control de presión arterial.

Preguntas más Frecuentes Sobre la Presión Arterial

¿Porque medir mi presión arterial en casa ?

Al comprobar su presión arterial en casa, puede controlar su salud entre las visitas al médico. La medición en casa también le proporciona los datos de sus controles a lo largo de los días para entregárselos a su médico-una gran herramienta para el control de personas hipertensas.

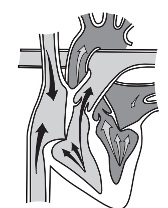
El control en casa también ayuda a aliviar La Hipertención de la Bata Blanca. Esta expresión se refiere al fenómeno médico que sufren muchas personas, dando como resultado una presión arterial mayor cuando se comprueba en una consulta. Por ello muchas veces el estrés que causa la consulta del médico puede provocar que suba la tensión hasta unos 20-50 puntos más de lo normal. Al medirse la presion en casa, obtendrá un resultado más verídico de su presión arterial en un estado normal de relajación.

¿Qué es la presión arterial?

El término común "presión arterial" se refiere a la fuerza o presión que la sangre ejerece al fluir por las arterias del cuerpo humano. Cada vez que el corazón palpita o se contrae, produce una presión en las arterias. Esta presión arterial es lo que mueve la sangre por todo el cuerpo, suministrando oxígeno y nutrientes a todo el organismo.



Preguntas más Frecuentes Sobre la Presión Arterial



Cuando el corazón se contrae, expulas la sangre hacia el cuerpo. Esta presión se denomina **sistólica**.

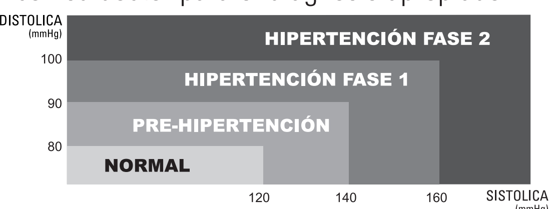
La presión creada cuando el corazón recibe la sangre se denomina **distólica**.

La presión arterial se graba como sistólica y distólica tal y como se muestra en la figura



¿Qué es considerada una presion arterial normal?

El Séptimo Reporte del comité Nacional de Prevención, Detección, Evaluación y Tratamiento de Presión Alta del Instituto Nacional de Corazón, Pulmón y Sangre a dictado las siguientes guías acerca la presión alta sanguínea. Las guías son para propósito informativo solamente. Por favor de consultar con su doctor para el diagnosis apropiado.



Preguntas más Frecuentes Sobre la Presión Arterial

¿Por qué varía mi presión arterial?

Puesto que la presión arterial cambia con cada latido del corazón, varía constantemente a lo largo de un día. Además de estos cambios naturales, existen otros factores que pueden afectar a la presión arterial como:

- Temperatura (mucho calor o frío)
- Humedad
- Cansancio
- Falta de sueño
- Ejercicio físico
- Resfriado
- Estrés
- Miedo
- Enojo
- Ansiedad
- Consumo de comida y bebida
- Condiciones físicas individuales

Además de estos factores, debe consultar con su médico para comprobar qué más podría afectarle.

¿Cómo sé si tengo la presión arterial alta?

Es prácticamente imposible saber si su presión arterial es alta sin haberlo comprobado. La gente generalmente piensa que uno puede "sentir" sus subidas de tensión arterial. Es por este misterio que la hipertensión se ha llamado "el asesino silencioso." ¡No deje que se acerque



Preguntas más Frecuentes Sobre la Presión Arterial

silenciosamente a ústed! Comience a controlar la presión arterial a diario con su nuevo medidor Healthy Living®.

¿Por qué es importante controlar la presión arterial?

Si no se controla, la hipertención puede provocar una incredible cantidad de estrés en su corazón y arterias, los cuales se ven forzados a trabajar más para que la sangre fluya de manera normal por todo el cuerpo. Con el tiempo este estrés puede causar problemas de salud como en el aumento del tamaño del corazón, pérdida de elasticidad en las arterias, problemas de corazón, ataques o incluso la muerte. Unos simples cambios en el estilo de vida pueden ayudarle a mantenerse sano en el futuro.

Propósito del Uso

Los medidores de presión arterial de Healthy Living® ofrecen un uso doméstico y cómodo. No son penetrantes, lo que significa que ninguna parte del medidor entra en su cuerpo y ofrecen las mediciones sistólicas, distólicas y del pulso. Los medidores Healthy Living® se recomiendan para personas mayores de 15 años y no son aptos para uso clínico.

Métodos de Medición

Los medidores Healthy Living® miden la presión arterial y el pulso con el método denominado oscilométrico, lo que significa que miden las variaciones en la presión. En primer lugar, debe ponerse la banda ergométrica en el brazo o en la muñeca (depende de el modelo). La banda se llenará de aíre creando presión en las arterias del brazo. En la parte interior de la banda ergométrica hay un medidor capaz de detectar las más minimas oscilaciones (variaciones) en la presión. Estas variaciones se producen como resultado de la presión que ejerce la banda alrededor del brazo y se trata de las arterias contrayéndose (aumentando y disminuyendo) con cada latido del corazón. El medidor comprueba entonces la magnitud y rapidez con que ocurren las contracciones y convierte esa información en un valor digital. Una válvula especial, denominada electrodo, desinflá el medidor automáticamente cuando finaliza la comprobación.

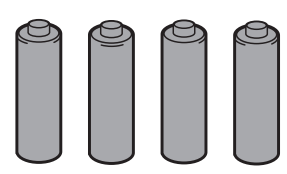


Unidad Principal y Accesorios

Unidad principal



Accesorios



4 Baterias Alcalinas
tipo AA
Bolsa de Almacenaje

Caracteristicas Especiales

Heart Sense®

El sistema de inflación HEART SENSE calcula su presión arterial antes de que termine la medición. El monitor adjusta la presión del aire de acuerdo al nivel de cada individuo. Los resultados son rápidos y cómodos cada vez que toma su presión arterial.

Sistema de control del ruido

Nuestros medidores ofrecen un inflado sin ruidos gracias a su silencioso motor de inflado rotatorio.

Visualización grande de tres filas

Encontrará una visualidad más grande en su monitor que le permite ver el dia, la hora y sus medidas de presión sistólicas sobre las distólicas de manera muy fácil.

Memoria

Su monitor Healthy Living® Deluxe Inflate ofrece una capacidad de 3 partes en la memoria o 3 "Zonas"- cada zona alamacena 30 medidas cada una para una capacidad de 90 medidas en total. Esta característica única le permite el uso de guardar las medidas de su presión sanguínea a 3 personas separadamente en uno solo monitor! Está capacidad puede ser tambien utilizada para tomarse las medidas de presión durante el dia-mañana,tarde y noche - para una comparación rápida y fácil.



Caracteristicas Especiales

Fecha y hora
Este medidor mantiene actualizada la hora, el més y el día.

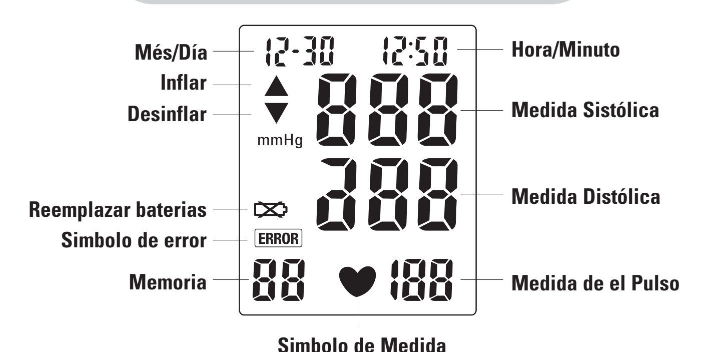
Precisión

Los medidores Healthy Living® han sido clínicamente probados con un dispositivo científico llamado esfigmometro, considerado como el estándar de oro para la medición de la presión arterial. Todos los medidores Healthy Living® han dado resultados equivalentes a los tomados con este dispositivo científico y se encuentran dentro de los límites establecidos por El Estándar Nacional Americano para Esfigomómetros Electrónicos o Automatizados.

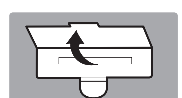
Condiciones Especiales

Todos los medidores de presión arterial Healthy Living® con seguros y precisos para uso con arritmias como latidos prematuros, arterales o ventriculares y fibrilación arterial.

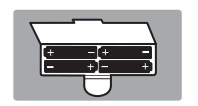
Simbolos de la Pantalla Digital



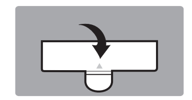
Instalación de las Basterias



Cuando la pantalla muestre ⌧ , debe cambiar las baterias. Este medidor utiliza 4 baterias tipo AA.



Introduzca las baterias en el medidor y asegúrese de respetar la posición de polaridad.



Cierre la tapa de las baterias. Encajará en su posición cuando se cierre por completo.

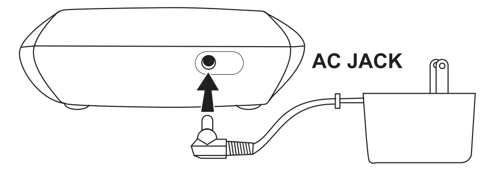
*Lo mejor es quitar las baterias si no va a utilizar el medidor durante mucho tiempo.



Capacidad de Adaptador de Energia AC

Este medidor de presion Healthy Living® esta equipado con un adaptador de energia AC en caso quiera comprar uno para agregarselo en vez de usar baterias.

Enchufe del adaptador AC: 6V DC 1A



*Este medidor de presion Healthy Living® esta equipado para usar un adaptador AC en caso que quiera reemplazar las baterias.

Selección de la Fecha y la Hora

Su medidor Healthy Living® mantendra la hora, més y día a menos que se acaben las baterias o las quite. Para establecer la hora, pulse el botón "MODE". El més comenzará a parpadear. Pulse el botón "SET" establecer hasta que aparezca el més completo en la pantalla, luego pulse el botón "MODE" para guardarlo. Siga el mismo proceso para establecer el día y la hora.

Consejos Importantes

Siga los consejos de su médico sobre cómo y cuándo tomarse la presión arterial. Estas son algunas sugerencias:

- ✔ Siéntese tranquilo durante unos 10 minutos. Esto hará que su cuerpo vuelva a su estado normal de descanso.
- ✔ Tomese la presion arterial en un entorno comodo y no muy frio o caluroso, pues la temperatura puede afectar el resultado.
- ✔ No debe de haber tomado ninguna bebida con cafeína como café, té no herbal o refrescos de cola. Tampoco fume antes de tomarse la presión, debería esperar unos 30-45 minutos.

Enchufe de la banda ergométrica

- ✔ Asegúrese de enchufar la banda al monitor antes de tomarse la presión.



Consejos Importantes

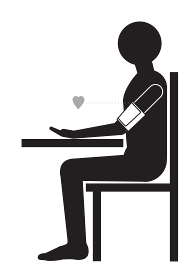
Durante la medición

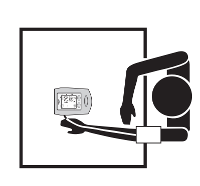
✔ Sientese callado y quietamente al tomarse la presión. El hablar o moverse puede elevar las medidas de su presión.

✔ Para mejores resultados, es recommendable tomarse la presión siempre en el mismo brazo y a la misma hora todos los días. Si es posible, le sugerimos que use su brazo izquierdo.

✔ Cuando realice varias mediciones una tras otra, asegúrese de esperar al menos 10 minutos entre una y otra. Esto hará que los vasos sanquíneos vuelvan a su estado normal.

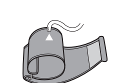
✔ Siéntese con las piernas sin cruzar y los pies apoyados en el suelo. No toque la banda o el monitor en ningún momento durante la medición. Relájese.



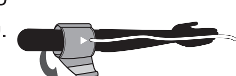


Colocación de la Banda Ergométrica

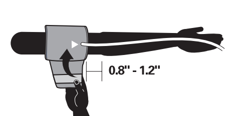
- Antes de colocarse la banda ergométrica en su brazo, asegurese de no tener puesto un suéter o abrigo grueso.



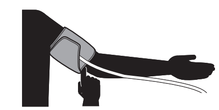
- Si lleva una camisa de manga larga, remánguese, pero asegúrese de no ejercer presión en la circulación del brazo.



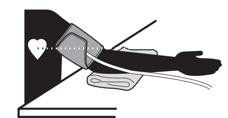
- La banda debe de ser puesta en su bicép, casi sobre su codo. Las instrucciones estan imprentas dentro de la banda para que sepa exactamente como colocarla en su brazo.



- Amarre la banda alrededor de su brazo y asegurela sin apretarla demasiado. La lengüeta del velcro tiene que caer en la palabra "OK" imprentó dentro de la bánda para su mejor uso.



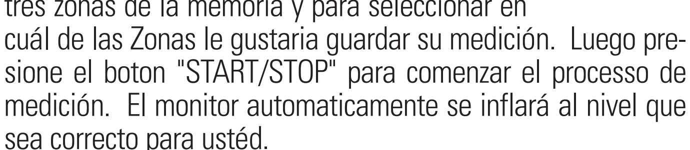
- Apoye el brazo en una mesa con la palma de la mano hacia arriba. El tubo de inflación debe alinearse con su brazo. No permita que el tubo se enrolle en nada a su alrededor, debe permanecer plano a le largo y centro de su brazo.





Medición de la Presión Arterial

- Una vez la banda haya sido apropiamente puesta y este sentado con sus pies separados y tocando el suelo, usted esta listo para tomarse la medida.
- Presione el botón "SET" y verá aparecer un número: 1,2 ó 3. Estas son cada una de las 3 zonas de la memoria/el uso fué explicado en la pagina 11. De aqui en adelante la capacidad de las 3 partes de la memoria será referido como "Zonas de la Memoria" o "Zonas". Presione el botón "SET" para cambiar entre cada una de las tres zonas de la memoria y para seleccionar en cuál de las Zonas le gustaria guardar su medición. Luego presione el boton "START/STOP" para comenzar el processo de medición. El monitor automaticamente se inflará al nivel que sea correcto para ustéd.



  *Si ustéd selecciona la Zona No 1, su medida de la presión arteríal será guardada como la primera de 30 lecturas disponibles en esa zona. Lo mismo sucederá con las zonas 2 y 3. Cuando se tome las mediciones, asegurese de seleccionar correctamente el número de zona para que sus medidas sean registradas en las zonas apropiadas.
- Cuando sienta que la banda le apreta fuertemente, esto es muy normal. No infle la banda a un punto de inconformidad. Si esto ocurriese, la banda puede estar muy tallada presione el botón "START/STOP", afloje la banda dejando mas espacio entre su brazo y la banda. Comienze de nuevo.

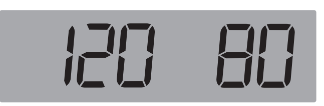
Medición de la Presión Arterial



- Numerós se visualizaran en la pantalla. Este es el procedimiento normal que el monitor processa para determinar su presión arterial. No se alarme si observa los numerós cambiar rapidamente, o si las medidas son mas altas de lo que normalmente es su presión arterial.



- Cuando se hayan completado sus medidas arteriales, el monitor se desinflara automaticamente, dejando libre la presion del aire de la banda ergométrica.





- El processo completo de la medida arterial, no tomará más de un minuto. Una vez completada la medida se visualizará en el monitor su medida arterial y su pulso. El monitor se apagará aproximamente despues de dos minutos automáticamente.

Nota: La presión arterial cambia constantemete durante el día. Ocacionalmente, el obtener medidas altas o bajas no significa que el monitor este en mal funcionamiento o de que ústed esté enfermo. Es importante que pregunte a su médico cual es su presión normal si esta experimentando medidas incorrectas.



3 Zonas de 30 Memorias

Cada que se tome una medida, el monitor empujará la medida más reciente un espacio hacia atrás. En otras palabras el espacio numero uno siempre será la medida de presión más reciente que se ha tomado.

Su monitor ofrece 3 partes en la memoria con capacidad de 3 zonas cada una. Cada zona almacena 30 medidas cada una con la capacidad total de 90 mediciones. Esta programación única le permite a 3 diferentes personas usar y guardar sus medidas de la presión arterial separadas una de las otras en un solo monitor. Tambien puede ser usada para guardar sus medidas por periodos variados del día: Mañana, tarde y noche por una sola persona.

Presione el botón "SET" para encontrár las zonas de la memoria numero 1,2 y 3. Una vez haya seleccionado la zona en la que quiere ver las medidas, presione el botón "MEMORY" una vez para ver las medidas mas recientes con el tiempo y dia que fueron tomadas. Presione el botón "MEMORY" otra vez en succesión y verá todos los resultados de sus medidas registradas en esa zona. Luego puede presionar el botón "SET" para cambiar a la próxima zona para ver las medidas El monitor automaticamente se apagará después de 1 minuto de no estar en uso.

*Cuando se tome las medidas, asegurese de seleccionar el número de Zona correcta usando el botón "SET" para que sus medidas sean registradas en la zona apropiada.

Cuidados de su Medidor de Presión Arterial

Es importante manejar con cuidado el medidor. A continuación se detallan algunos consejos:

- ✔ Mantenga el medidor alejado de la luz directa del sol, mucha humedad y cambios bruscos de temperatura.



- ✔ Procure que no se caiga al suelo
- ✔ No intente desmontar el medidor y la banda. Ninguno de sus componentes pueden repararse en casa. Si necesita reparar su medidor, consulte los detalles en la sección de garantía.
- ✔ Mantenga el medidor alejado del polvo y otros materiales. Evite que se moje cualquier parte del medidor o de la banda. Si tiene que limpiar el medidor, lo mejor es hacerlo con un trapo humedecido en agua. Healthy Living® recomienda que se limpie el medidor una vez al més.
- ✔ Siempre desconecte con cuidado la banda del monitor.
- ✔ Para su seguridad no amarre la banda ergométrica a ninguna otra parte de su cuerpo que no sea el brazo.
- ✔ No doble asperamente la banda ergométrica pues esto podria danarla por dentro.
- ✔ No infle la banda del monitor sino está amarrada alrededor de su brazo.



Solución de Problemas

Error/Símbolo	¿Qué significa?	¿Cómo arreglarlo?
ERROR	El medidor se pudo haber inflado sin estar puesto en su brazo o Puede que la banda no este bien colocada.	Vuelva a leer la página 17 (Colocacion de la banda ergométrica).
	Pude que se haya movido mientras la banda se estaba inflando y ahora intenta volver a inflarse. Asegúrese que la banda este bien colocada.	Vuelva a leer las páginas 15 y 16 (Consejos importantes).
	Puede que se haya movido o hablado con alguien durante el proceso de medición.	Recuerde que es importante no moverse o hablar mientras realiza una medición.
	Puede que se haya sobresaltado por un ruido o vibración durante la medición.	Asegúrese de estar en un lugar cómodo y tranquilo cuando realice una medición.

Solución de Problemas

Error/Símbolo	¿Qué significa?	¿Cómo arreglarlo?
ERROR	Ha ignorado el símbolo (parpadeante para) cambiar las baterias.	Reemplace cuatro nuevas baterias estilo doble A (AA) asegurandose que las polaridades esten correctamente colocadas en el compartimiento de las baterias antes de iniciar la medida de presión arterial.
	Se han acabado las baterias.	Cámbielas rápidamente para poder continuar midiéndose la presión arterial sin problemas.
El valor de la presión arterial es muy alto o bajo	Puede que la banda esté situada demasiado alta o baja en el brazo.	Vuelva a leer la página 17 (Colocación de la) Banda.
El medidor sigue inflándose	Circuito cerrado.	Saque y reemplaze las baterias para proceder nuevamente a tomarse la presión arterial.
No se puede realizar una medición tras otra puede aparecer un símbolo de error.	Puede que la banda no esté bien colocada.	Vuelva a leer la página 17 (Colocación de la Banda).



Garantía Limitada de Cinco Años

Samsung América Inc, a su propio criterio, reparará o sustituirá su medidor, incluyendo la banda, (por el mismo modelo u otro comparable) sin gasto alguno de su parte (excepto cargos de envío) durante el periodo de tiempo de (5) cinco años desde la fecha original de compra. Esta garantía sólo es válida para el comprador original. Necesitará la factura de compra u otra prueba de la fecha de compra original antes de utilizar la garantía. Por favor, acuérdese que este producto es solo para uso personal y no comercial o clínico. Esta garantía es válida sólo contra fallos debidos a defectos materiales o de mano de obra que ocurran durante su uso normal.

Esta garantía no cubre el desgaste y los rasgones del producto dado a su uso. La garantía se anulará si el producto: se ha desmontado de la carcasa, si se ha quitado la etiqueta del fabricante, el logotipo el número de serie o si el producto no funciona bien por accidente, mal uso, abuso, negligencia, mal trato, mala colocación, pilas defectuosas, una mala instalación, configuración, ajuste, mal mantenimiento, alteración, mal ajuste de los controles, modificación, cambios de tensión eléctrica, uso clínico o comercial del producto, intento de arreglo por un servicio no autorizado o actos fuera del control del fabricante o distribuidor.

La garantía y el remedio incluidos aquí son exclusivos y están ligados a otras garantías expresas e implícitas y a menos que se especifiqué queda anulada cualquier afirmación o representación realizada por otra persona o entidad. NI EL FABRICANTE, EL DISTRIBUIDOR NI SUS AFILIADOS SE HARAN RESPONSABLES POR LA PERDIDA, MOLESTIA, LESION O DAÑO, INCLUYENDO DAÑOS DIRECTOS, ESPECIALES, INCIDENTALES O CONSECUENTES QUE RESULTEN DEL, USO, USO IMPROPIO, FALTA DE ATENCIÓN A UN AVISO, UNA NEGATIVA O UNA INSTUCCIÓN O POR NO PODER ULTILIZAR ESTE PRODUCTO POR INFRINGIR CUALQUIER PARTE DE ESTA GARANTÍA O POR

CUALQUIER OTRO MOTIVO LEGAL. TODAS LAS GARANTÍAS EXPRESAS E IMPLÍCITAS, INCLUYENDO LAS DE MERCANTIBILIDAD, ESTÁN LIMITADAS AL PERIODO DE GARANTÍA APLICABLE ESTABLECIDO PREVIAMENTE. El fabricante y el distribuidor no asumen responsabilidad alguna por lesiones, daños o penas provocadas o sufridas como resultado del uso de este producto de manera inapropiada o de manera o en lugar distinto para la cual fue diseñado o por no seguir los avisos negaciones o instrucciones. Algunos estados no permiten la exclusión o limitación de daños consecuentes o incidentales a las limitaciones sobre la duración de una garantía implícita, por lo que puede que en su caso las exclusiones o limitaciones anteriores no se le apliquen a usted. Esta garantía le ofrece sus derechos legales específicos y tal vez posea otros derechos que pueden variar de estado en estado.

Si su producto presenta defectos durante su periodo de garantía, devuélvalo en su embalaje original franqueado a:

SAMSUNG AMERICA, INC.
c/o Healthy Living Division
105 Challenger Road, 6th Floor
Ridgefield Park, NJ 07660
Attn: Customer Service

Incluya $11.95 (USD) NO reembolsables para el envío y seguro de regreso (Por favor de sólo mandar CHEQUES o MONEY ORDERS) No podemos enviar a cajas postales (P.O. Boxes). Su monitor reparado o reemplazado será devuelto en un periodo de 6-8 semanas.

Incluya junto con su medidor, una carta con su nombre, dirección, teléfono, recibo o prueba de compra, al igual que una descripción del problema con su medidor.



Especificaciones

Modelo	BD-3000S
Tipo de medidor	Monitor Infación Deluxe
Metodo de medición	Oscilométrico
Pantalla	Pantalla digital de cristal líquido
Alcance de medición	Presión: 0-260mmHg Pulso: 40-199 pulsaciones/minutos
Precisión	Presión: entre 3mm Hg Pulso: entre 5%
Memoria	3 zonas de 30 memorias
Apagado automático	Cerca de 1 minuto tras completar la medición.
Tipo de baterias	4 Baterias tipo AA (Alcalinas)
Duración de las baterias	Unos 6 meses con el uso diario y menos con el uso de banda ergométrica larga
Almacenamiento de temperatura	Temperatura:-4 ºF a 140 ºF Humedad relativa: menos de 95%
Temperatura de función	Temperatura 50 ºF a 104 ºF Humedad relativa: menos de 95%
Dimensiones(aprox)	Monitor: 4 1/4" (l) x 2 1/2" (w) x 5 3/4" (h) Banda ergométrica: para un brazo de 9"-13" alrededor
Peso(aprox)	14oz(incluyendo las baterias)

Por propositos de mejorar el producto, las especificaciones están destinadas a cambiar sin previo aviso.

Diario de presión arterial

Fecha	Hora	Sistólica/Distólica	Pulso
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	



Diario de presión arterial

Fecha	Hora	Sistólica/Distólica	Pulso
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	

Diario de presión arterial

Fecha	Hora	Sistólica/Distólica	Pulso
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	



Diario de presión arterial

Fecha	Hora	Sistólica/Distólica	Pulso
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	
		/	